

Tételes étlap 2026.08.31. - 2026.09.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/1/2026 kedd (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R		Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Gouda sajt	597.41	142.92	9.98	10.98	6.15	0.89	0.00	0.82		
			Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01		
			Kukoricás kenyér	1 191.30	285.00	9.60	1.00	0.00	59.00	0.00	1.20		
	E		Kertészleves	413.33	98.69	4.48	2.15	0.30	14.96	0.62	1.11	     	
			Lecsós ragu	954.05	228.24	22.12	11.98	3.32	7.62	0.68	1.31		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
	V		Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
			Csirkemell sonka	227.81	54.50	7.50	2.25	0.70	1.00	0.20	1.10		
			Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20		
			Összesen:	6 675.84	1 596.90	74.66	38.15	11.93	237.91	22.00	7.13		

9/1/2026 kedd	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Kertészleves	413.33	98.69	4.48	2.15	0.30	14.96	0.62	1.11		
			Vadas szelet	1 375.00	328.95	24.08	15.60	4.57	22.34	8.26	0.90		
			Zsemlegombóc	2 264.59	541.77	16.21	12.41	1.37	90.66	0.00	1.41		
			Összesen:	4 052.92	969.41	44.77	30.16	6.24	127.96	8.88	3.42		
9/2/2026 szerda	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
			Mini kuglóf	1 406.25	336.42	10.22	5.34	1.97	59.63	11.72	0.75		
		E	Zöldséges reszeltészta leves	408.02	97.61	2.98	2.51	0.32	15.52	0.16	1.31		
			Znaimi sertéscomb	1 276.82	305.46	23.05	20.49	6.80	6.78	1.91	1.32		
			Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		V	Panírozott halrudak	1 021.93	244.48	12.40	11.84	1.08	21.43	0.00	1.28		
			Francia saláta	1 090.37	260.85	7.95	12.57	2.44	27.74	4.34	1.61		
			Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	8 384.99	2 005.97	84.53	61.02	15.55	268.92	18.49	8.12		

9/2/2026 szerda (00625)	B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldséges reszeltészta leves	408.02	97.61	2.98	2.51	0.32	15.52	0.16	1.31		
			Óvári csirkemell	1 105.29	264.42	36.05	11.56	4.40	3.89	0.42	1.29		
			Zöldséges kuskusz	1 954.25	433.65	13.31	10.78	1.15	64.38	0.03	2.07		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	3 804.60	876.31	52.94	25.15	5.87	101.89	0.61	4.68		
9/3/2026 csütörtök (00540)	Szakiskola Komló (A-menü)	R	Snidlinges sertésmájás	723.14	173.00	5.15	16.15	5.80	1.80	1.25	0.85		
			Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01		
			Császárszemle	1 374.80	328.90	10.66	2.74	0.78	63.04	0.90	1.82		
			Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
		E	Vöröslencse krémleves	473.67	113.32	2.20	6.71	1.73	10.64	1.50	0.82		
			Pirított napraforgómag	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00		
			Tavaszi rizses csirkemell	2 294.73	548.98	33.45	10.71	1.35	78.90	0.00	2.14		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
			Pöttyös Rudi	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33		
		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		

9/3/2026 csütörtök	(00540) Szakiskola V menü / A menü	V	Főtt bécsi rudacska	572.66	137.00	6.50	12.50	3.85	0.00	0.00	1.05	
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111.88	266.00	9.80	2.40	0.60	48.20	0.30	0.90	
			Ketchup	137.94	33.00	0.45	0.09	0.00	7.50	7.20	0.45	
			Összesen:	8 338.97	1 994.97	84.59	66.03	20.79	260.08	37.60	8.94	
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Vöröslencse krémleves	473.67	113.32	2.20	6.71	1.73	10.64	1.50	0.82	      
			Pírtott napraforgómag	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00	
			Brassói aprópecsenye	2 105.28	503.66	30.28	18.46	5.43	52.44	0.32	1.91	
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24	
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01	
			Összesen:	3 218.11	769.89	37.11	30.75	7.19	83.28	6.82	2.98	
9/4/2026 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04	
			Csemege karaj	143.79	34.40	5.96	0.88	0.20	0.20	0.00	0.80	     
			Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01	
			Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20	
		E	Rozmaringos csirkeraguleves	866.31	207.25	20.10	6.11	0.82	17.49	0.65	0.59	      
			Ízes Derelye	3 409.65	815.71	16.08	8.04	0.68	109.79	30.15	1.49	 
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01	

9/4/2026 péntek	(00540) Szakiskola Vomlák / A menü	V	Sonkás kockasajt	421.59	100.38	4.83	7.35	4.95	2.85	2.58	0.00		
			Szendvics kifli	634.52	151.80	4.12	1.76	0.88	29.04	1.76	0.61	 	
			Banán	526.53	125.96	1.56	0.12	0.00	29.04	0.00	0.07		
			Összesen:	7 276.85	1 740.39	61.29	27.00	8.13	246.17	45.65	4.82		
	(00625) Gimi-szakiskola) B menü	E	Rozmaringos csirkeraguleves	866.31	207.25	20.10	6.11	0.82	17.49	0.65	0.59	      	
			Túrófelfűjt	2 481.15	593.58	33.22	20.58	11.31	67.08	33.02	0.87	      	
			Gyümölcsöntet	267.68	64.04	0.72	0.10	0.00	14.22	5.99	0.01		
			Összesen:	3 615.14	864.87	54.04	26.79	12.13	98.79	39.66	1.47		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!